

Som Anette Hedegaard altid har sagt: *“Vi er som en familie i acro”*. Så lad os sammen skabe

Danmarksholdet

Udvikling af acro talent & elite

Acrobatik står for fællesskab og det ser vi meget tydeligt i vores pyramider, for her kan ingen undværes. Der er ikke nogen der kan komme på toppen, uden vi har den brede stabile bund og bindeleddene imellem top og bund.

Talenterne og eliten bliver skabt i jeres klub og er hermed klubbens og dens træners fortjeneste. Danmarks Holdet bliver en forlængelse af, og en samling af landets bedste talenter og eliter inden for dansk acrobatik. Danmarks Holdet er et fælles hold for hele acro Danmark. Det vil blive i fællesskab at vi vil dygtiggøre, og hæve det danske acro niveau.

Danmarks holdet er inddelt i tre niveauer henholdsvis hold 3, 2 og 1. På hold 3 og hold 2 bliver du udtaget individuelt, altså behøver du ikke have en makker for at gå på holdet. Først når du skal videre på hold 1, skal du udtages sammen med din makker. For at komme i betragtning til hold 1, kræver det at alle i gruppen først er blevet udtaget individuelt. Når der trænes på hold 2 og 3, vil der udover grundtræning, foregå træning med en anden makker, også selvom alle fra gruppen er udtaget. For at komme i betragtning til hold 1 skal alle, fra den pågældende rutine, være udtaget til holdet.

Holdene træner sammen på vores talent og elite udviklingssamlinger (TEU samlinger). Efter de første fem timers træning slutter træningen for hold 3, efter yderligere tre timer slutter træningen for hold 2. Hold 1 bliver til overnatning samt træning om søndagen.

Du kan som træner, tilbyde dine kompetencer, så de kan blive udbredt på landsplan. Det er sammen vi bliver bedre og ikke hver for sig.

Du udfylder vores formular og bliver lagt i vores trænerdatabase og så får du besked om, hvornår vi kan bruge netop dine kompetencer.

Du kan som dommer, tilbyde dine kompetencer så de kommer til gavn for dig og acrobaterne.

Du udfylder vores formular og bliver lagt i vores dommerdatabase og så får du besked om, hvornår vi skal bruge en dommer på holdet.

I kan som klub tilbyde jer som vært for en af vores TEU samlinger, også her udfylder I vores formular, så I kan komme ind i vores værtsdatabase.

Som træner for din klub, er du med til at vælge hvem du synes skal gå på hold 3. Udover dine vurderingskompetencer, har vi udfærdiget en udtagelsesvejledning, til yderligere hjælp.

Det at gå på hold 3 bliver en lille forsmag på, hvad det vil sige at gå på et hold, hvor alle brænder for vores acro. Som acrobat kommer du til at arbejde sammen med acrobater på alle niveauer.

På hold 2 og 3 bliver du udtaget individuelt, altså du skal ikke have en makker for at kunne gå på holdet. Der kræves først makker, når du skal videre til hold 1.

For at komme i betragtning til hold 1, kræver det at alle i gruppen først er blevet udtaget individuelt.

Når der trænes på hold 2 og 3, vil der udover grundtræning, foregå træning med en anden makker, også selvom alle fra gruppen er med, det vil de være i de tilfælde hvor akrobaten går på hold 1.

Formål med træning med anden bund/top:

- TEU samlingen, skal ikke erstatte den daglige træning fra din egen klub, men fungere som et supplement.
- På TEU samlingen vil du mærke forskellen på teknikker, ved at arbejde sammen med andre makkere.
- På TEU samlingen vil du måske opdage, at du har verdens bedste makker.
- På TEU samlingen vil du måske opdage, at med en anden makker, er der andre muligheder.
- På TEU samlingen, vil du måske finde nye veje til at nå dine mål
- På TEU samlingen er der ikke noget "plejer"

- Kroppen vænner sig til gentaget momenttræning med samme makkere, på en TEU samling vil kroppen dermed måske blive udfordret på det vante.
- TEU samlingen kan måske øge din motivation til træning.
- TEU samlingerne vil højne både top- og grundniveauet på landsplan.

Med vores traktmodel, har vi forsøgt at gøre det visuelt, og vise vores nye struktur, som vi håber at I vil tage godt imod. Vi tænker at sammen kan vi gøre det godt for dansk acro